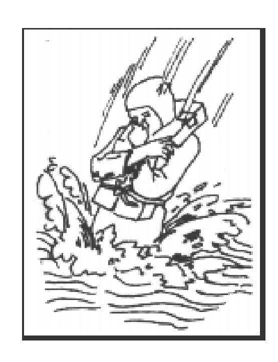
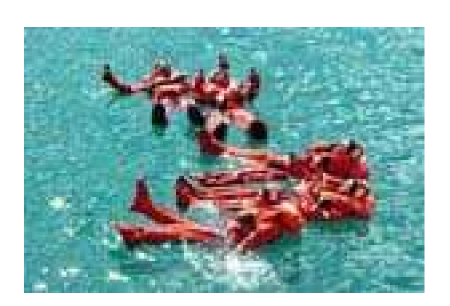
SUPERVIVENCIA EN EL MAR

Antes de abandonar el buque recuperar y abastecerse de todo lo que pueda ser útil y podamos transportar en la balsa salvavidas: agua, víveres, medios para hacer señales (linternas, botes de humo, tintura para el agua, heliógrafo, bengalas, etc.), prendas de abrigo, brújula, cerillas o encendedor, etc., manteniéndolo todo en recipientes estancos.

Abandonar el buque vestido. Si es posible no saltar, aprovechar las escalas, redes, cabos, mangueras, etc. Si hay que saltar, hacerlo de pie, piernas juntas y cuerpo derecho, con el salvavidas deshinchado, mano derecha a la cara, o al revés; la vista al frente. Saltar o bajar siempre por el costado que esté a sotavento.



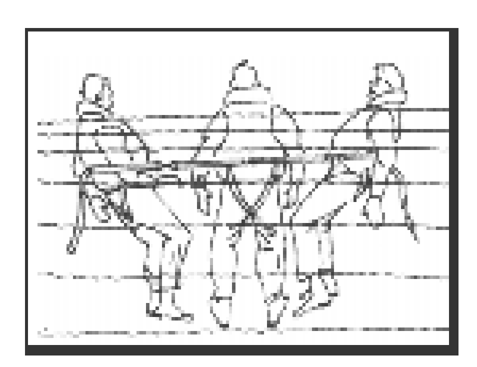


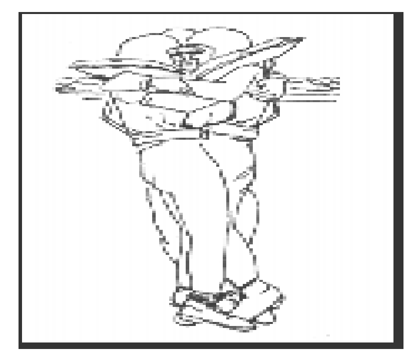
En presencia de petróleo o aceite ardiendo, nadar contra el viento, zambullirse y nadar en inmersión; al emerger, agitar los brazos para abrirse un claro, respirar hondo y volver a zambullirse verticalmente. Separarse de los restos del barco o aeronave sin alejarse mucho, hasta que se hunda.

En el caso de que el bote de salvamento estuviera volcado, se endereza con facilidad uniendo una cuerda a un costado; se la coge desde el extremo opuesto, con los pies apoyados en la borda y se tira con fuerza; el bote se alzará y volteará.



Agrupar a los hombres y tratar de encontrar a los que falten. Si hay algunos en el agua y se conoce la existencia de tiburones, utilizar repelente si se posee.





Unir los botes con una cuerda. Una vez atados los botes, comprobar la situación física del personal, prestando primeros auxilios a los heridos.

Comprobar los botes en cuanto a inflado, pérdidas (que se producen por las válvulas y costuras) y puntos de posibles rozaduras. Hay que tener cuidado de no desgarrarlos.

Recoger los restos del naufragio que puedan ser útiles. Asegurar y proteger todo el equipo, distribuyendo el peso en la embarcación. Improvisar anclas o “conos de tela”.

No dejar nunca sola la embarcación; si es necesario meterse en el agua, hay que quedar siempre amarrado a la misma.

En mares fríos se debe montar una protección contra el viento, colocándose los hombres juntos y haciendo ejercicio con regularidad.

En mares cálidos, montar una cubierta, cubrir la piel, usar cremas, gafas, mantener las mangas bajadas y proteger la cabeza.

El Jefe se encarga de mantener la moral, organizando la vida a bordo, entreteniendo y conservando las facultades físicas e intelectuales de los hombres (gimnasia contra los calambres, lectura, ejercicios de memoria, etc.) y llevando un diario. Debe preocuparse, asimismo, de todo el equipo y víveres, de la distribución de éstos y del agua, fijando las horas de sueño y los turnos de guardia y pesca. En caso necesario debe proceder a inventariar todo lo que se encuentra a bordo.

AGUA

Aún cuando se disponga de una buena provisión, hay que racionarla inmediatamente, no abandonando este racionamiento hasta ser rescatados.

Si se tiene poco agua, no comer alimentos ricos en proteínas. Los carbohidratos necesitan menos agua.

El sueño y el descanso son las mejores formas de resistir.

Recoger el agua de la lluvia y del rocío con esponjas y recipientes siempre que se pueda.

ALIMENTACIÓN

Los peces serán la principal fuente de comida. Algunas especies se sienten atraídas hacia la sombra que proyecta la balsa. Si se dispone de una red, pasarla por debajo de la quilla, desde proa a popa y lastrando su parte inferior.

Por la noche se puede usar una luz para atraer a los peces o, si hay luna llena, sumergir un trozo de tela, metal o papel de estaño para que reflejen la luz de la luna y los atraiga.

Para improvisar cebos y anzuelos, utilizar cualquier cosa que sirva para ese propósito (moneda como plomo, alambre, navaja, imperdible y como cebos: intestinos y ojos de peces capturados, pececillos vivos, sangre cuajada). Las aves marinas son todas comestibles, su captura con anzuelo y cebo es muy aleatoria adaptando las trampas para esta circunstancia.

La mayor parte de los moluscos y crustáceos son comestibles y conviene comerlos vivos. Algunas especies de algas son también comestibles.

SANIDAD

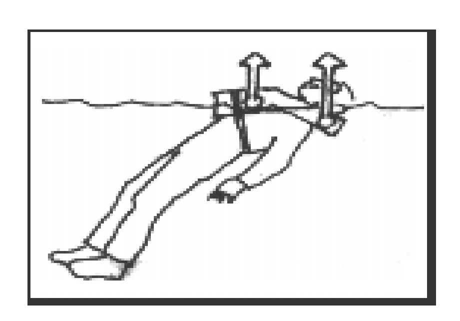
La exposición a los elementos y la fuerte deshidratación son, probablemente, los mayores problemas. Los mareos y vómitos pueden aumentar la deshidratación, además se debe tener presente lo siguiente;

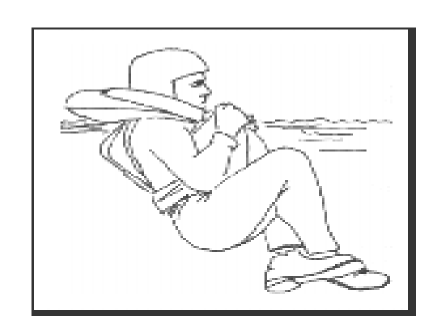
- Mareo: tumbarse tomando pastillas antimareo.
- Llagas producidas por agua salada: utilizar pomada antiséptica; mantenerlas secas.
- Entumecimiento de los pies: se produce por exposición al frío, inmersión en agua, alojamiento estrecho y la circulación reducida. Aparecerán, eventualmente, manchas rojizas y ampollas. Se deben mantener los pies calientes y secos y activar la circulación moviendo piernas, pies y dedos.
- Estreñimiento y dificultad para orinar son normales en las balsas salvavidas.

- Picaduras de medusas. Emplear amoníaco o, en su defecto, orines, sobre la zona afectada.

NATACIÓN DE SUPERVIVENCIA

Sin salvavidas hay que relajarse y flotar sobre la espalda, o bien, se puede descansar derecho en el agua, respirando profundamente, sumergiendo el rostro y extendiendo los brazos hacia delante para que descansen a nivel de la superficie. Se descansa en esta posición hasta que se necesite respirar de nuevo. Levantar la cabeza, exhalar, sostenerse agitando brazos y piernas, inhalar y repetir el ciclo. En aguas frías deben moverse brazos y piernas.





NAVEGACIÓN

Si se ha enviado con éxito un S. O. S, o se sabe que se está cerca de rutas navegables, es preferible permanecer en ese lugar. Si no, lo mejor es ponerse en marcha para aprovechar las energías iniciales si hay tierra cerca o hacia la ruta marítima más próxima. Mantener siempre un centinela que debe permanecer atado a la balsa.

En mar abierto las corrientes raramente superan una velocidad de 9 a 13 kilómetros por día. En una balsa salvavidas sólo es posible navegar con viento a favor o, como máximo, con un ángulo de 10 grados con respecto a éste. Utilizar remos en los laterales a modo de quilla. Usar un remo como timón. Si el viento sopla en dirección contraria a la elegida, usar el ancla para mantener la posición y desinflar parcialmente el bote. Si el viento es favorable, inflarlo al máximo y sentarse en una postura elevada. Improvisar una vela con tela, ponchos y remos. No asegurar el borde inferior de la vela, o sus extremos, para permitir que, si hay una súbita ráfaga de viento, se pueda soltar y el bote no vuelque.

Si las aguas están muy agitadas, soltar el máximo de longitud del cabo del ancla por la proa; esto la mantendrá siempre en dirección del viento e impedirá que la balsa vuelque. Todos los hombres deben permanecer atados a la embarcación.

Conviene mantener un flotador en la estela de la balsa unido a ésta por un cabo con nudos, como medida de seguridad.

INDICIOS DE TIERRA FIRME

- Los cúmulos en un cielo claro.
- La presencia de aves.
- El agua sucia de cieno.
- Con niebla, lluvia o durante la noche, a veces puede descubrirse la tierra por olores, sonidos y, sobre todo, por luces.

DESEMBARCO

Al aproximarse a tierra, elegir un punto fácil de desembarco, con preferencia una playa, orientada la proa hacia ella, en la dirección de las olas y procurando mantenerse en la cresta, remando con fuerza para evitar ser volcados. Determinar un punto de reunión.

Si se debe nadar con el mar revuelto y hay rocas, no quitarse la ropa, los zapatos, ni el chaleco salvavidas; levantar los pies por delante para absorber con las plantas el impacto contra las rocas.

MEDIDAS PARA EVITAR SER LOCALIZADOS

En aguas enemigas no moverse de día. Arrojar el ancla de circunstancias y esperar a la noche para remar o montar la vela. No usar la radio, salvo en casos excepcionales. En caso de presencia de buques o aviones, no utilizar dispositivos de señales hasta haberlos identificado. De ser descubiertos, destruir el diario, la radio, el equipo de navegación, los mapas, equipo de señales, etc.

SEÑALES DE SOCORRO

Si no se cuenta con equipo de señales, agitar ropa o lonas y también el agua si está en calma. Sobre todo por la noche, o si hay niebla un silbato es muy útil.

Si en el equipo del bote hay una radio, usarla, teniendo mucho cuidado de no agotar las baterías. Las tinturas sólo deben utilizarse durante el día. Las bengalas diurnas-nocturnas son particularmente útiles. Sólo deben usase cuando se esté seguro de que serán vistas. Durante la noche, utilizar luces de destellos (estroboscópicas).



PELIGROS DEL MAR

☠ Tiburones: no atacan si no se les provoca, a menos que haya sangre. Suelen ser más frecuentes en aguas cálidas (18 ºC).
Normas generales:
- No quitarse la ropa ni el calzado.
- En grupo, apretarse en círculo.
- En mar agitado, permanecer quietos o nadando rítmicamente.
- Alejarse de los bancos de peces.
- Usar el repelente de tiburones. Como repelente de circunstancias se puede emplear el aceite usado o quemado.

Si los círculos se estrechan y el pez se agita, es que se dispone a atacar, entonces:
- Nadar enérgicamente y acompasados.
- No escapar de espaldas al tiburón.
- Hacer ruido y gritar dentro del agua.
- Apuñalar, si es posible, en: hocico, ojos, agallas o vientre.
- Rechazarlo a patadas y puñetazos o asirse a él.

☠ Rayas: muchas variedades de rayas tienen una púa venenosa en la cola; hay especies que pueden provocar descargas eléctricas.

☠ Peces venenosos al tacto: muchos van provistos de púas y pinchan a quién los toca; otros llevan glándulas venenosas.

☠ Medusas: picaduras urticantes al tocar sus tentáculos.

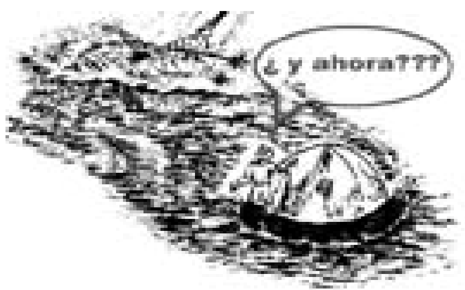
- Peces que muerden: Morena, Congrio, etc. Al morder incrustan sus dientes curvos en la carne.
- Erizos de mar: clavan sus finas agujas en la piel.
- Arrecifes: pueden producir dolorosas cortaduras sobre todo en los pies descalzos, que normalmente se infectan.





CONSEJOS

Sobrevivir en aguas frías, aún con la ayuda de una balsa salvavidas, requiere de **arte** (habilidad, talento y destreza) y de **ciencia** (conocimiento exacto y razonado de diferentes temas). Además del equipo de supervivencia que la balsa salvavidas trae de fábrica de por sí deberíamos tener preparado un "pequeño" equipo de supervivencia preparado siempre y a mano, para en caso de abandono de buque poder llevárnoslo con nosotros. En él deberíamos incluir un pequeño botiquín en el que deberán ir incluidas pastillas contra el mareo, material para realizar señales tanto de día como de noche, útiles de pesca, agua y alimentos no perecederos, todo esto perfectamente estanqueizado.



Además:

No se debe abandonar el buque si no se está seguro de que este se va a hundir y siempre atendiendo a las órdenes de los mandos y se procederá al abandono del buque con calma, el éxito del abandono del buque residirá en el correcto seguimiento del procedimiento y del comportamiento sensato y disciplinado de la tripulación. Antes de abandonar el buque abríguese lo más posible, selle mangas y bocamangas, beba toda el agua posible para saturar las células de los tejidos. Antes del abandono verifique su posición geográfica. Lleve consigo un cuchillo con vaina en su cinturón y un silbato colgado del cuello; una vez en la balsa, despliegue las anclas de capa e improvise otras para disminuir la velocidad de deriva, ya que si la señal de auxilio ha sido enviada correctamente la búsqueda comenzará en ese punto. El más antiguo de la balsa debe tomar el mando y el control de la situación y **LIDERAR**, las órdenes deben ser claras y precisas, hay que intentar mantener y elevar la moral de toda la tripulación de la balsa salvavidas. Distribuya trabajos y deberes: guardia de vigía, de mantenimiento de la balsa, de producción de agua, de pesca, de sanidad, estar ocupados es garantía de supervivencia, pero, a la vez, economice fuerzas.

Tenga en cuenta el no utilizar, en la balsa, ropa estrecha en pies piernas y muñecas sobre todo. Evite movimientos fuertes y posturas que produzcan

entumecimiento. Para combatir el frío y la pérdida de calor coloque las manos en las axilas y respire por la nariz. Mantenga la balsa lo más seca posible, despliegue las mantas isotérmicas, cierre todas las entradas de la balsa para no estar expuestos a corrientes de aire aunque de vez en cuando es bueno airear un poco para renovar el aire que se respira. Agruparse en la balsa para aumentar el calor corporal, quitarse el reloj de pulsera para evitar heladuras en las muñecas, mantener los pies lo más secos posible. Intentar dormir después de cada comida ya que el metabolismo aumenta la temperatura corporal.

NUNCA BEBA AGUA DEL MAR NI LA MEZCLE CON AGUA DULCE.

ORIENTACIÓN

- El sol: sabemos que el sol sale por el este y se pone por el oeste. Si nos fijamos en la sombra de un objeto la línea perpendicular hacia delante será el norte.
- La luna: cuando esta llena, en el primer día de su fase, está, las 6 horas, al Oeste, y a las 18 al Este. En cuarto menguante a las 24 horas, al Este, y a las 6, al Sur. En cuarto creciente, a las 24 horas al Oeste, y a las 6, al Sur.
- Las estrellas: no se encuentran las mismas estrellas en el mismo lugar del cielo todas las noches. En el hemisferio Norte es visible la estrella **Polar** que marca el Norte, y para localizarla deberemos buscar la **Osa Menor** constituida por siete estrellas, la Polar es la última de ellas, en la cola del “carro”. En el hemisferio Sur la constelación más característica es la **cruz del Sur**, la zona en el cielo que corresponde al Sur esta casi libre de estrellas por lo que se debería distinguir fácilmente dicha constelación.

BIBLIOGRAFÍA

- Manual de instrucción de supervivencia (MI7-002).
- Topografía militar elemental.
- Internet. (aventurarse. com, Ciber- n@utica. com).